

**EMENTA PARA CRECHE | SALAS DE 1 ANO | NOVEMBRO 2022 \*****2ª FEIRA****3ª FEIRA****4ª FEIRA****5ª FEIRA****6ª FEIRA**

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	
2 A 4	Meio da Manhã				Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA			LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		PRATO			Frango com arroz	Corvina com batata e brócolos	Peru com arroz
		SALADA			Cenoura		Alface
		SOBREMESA			Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE				logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	
7 A 11	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		PRATO	Perca no forno com puré de batata	Frango com esparguete	Tamboril com batata e feijão verde	Peru com arroz	Pescada cozida com batata e cenoura
		SALADA	Cenoura	Alface		Alface	
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE		Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	
14 A 18	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		PRATO	Frango com arroz de cenoura	Perca com puré de batata	Peru com couscous	Pescada no forno com batata	Borrego com arroz
		SALADA	Cenoura	Cenoura	Alface e cenoura	Brócolos	Alface
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE		logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	
21 A 25	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE	BRÓCOLOS	ALHO FRANCÊS COM BATATA DOCE
		PRATO	Corvina com batata cozida e cenoura	Frango com esparguete	Perca com arroz e cenoura	Frango com fusilli	Tamboril com batata e cenoura
		SALADA		Alface e cenoura		Alface	
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
LANCHE		Papa com ou sem glúten	logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã	Papa com ou sem glúten	
28 A 30	Meio da Manhã		Fruta	Fruta	Fruta		
	Almoço	SOPA	CENOURA	FEIJÃO VERDE	LEGUMES COM BATATA DOCE		
		PRATO	Peru com arroz	Pescada cozida com batata, brócolos e cenoura	Frango com arroz		
		SALADA	Alface		Alface e cenoura		
		SOBREMESA	Fruta	Fruta	Fruta		
LANCHE		logurte natural com banana	Papa com ou sem glúten	logurte natural com maçã			

\* Ementa sujeita a alterações